

# 薬の知識



薬を安心して使うための基礎知識をご紹介します！

協力：つがやす薬局

病気や怪我を治すのに役立つ「薬」。しかし、程度に差はありますが、どんな薬でも副作用を起こす可能性があります。

専門家から適切なアドバイスを受けて、正しい使用方法を理解してから使用しましょう。

## 薬の正しい保管のしかた

### 1 乳幼児・小児の手の届かない所に保管しよう

子どもの誤飲をさけるために、子どものすぐ手の届く場所に薬を放置しないように注意しましょう。不要な薬をすてるときも子どもの目に触れないように処分することが大切です。

### 2 湿気、日光、高温をさけて保管しよう

薬は湿気、光、熱によって影響を受けやすいものです。栓を固くしめ、直接日光があたり、暖房器具から離れた場所に保管しましょう。

### 3 薬以外のものと区別して保管しよう

誤用を避けるために、食品、農薬、殺虫剤、防虫剤などと一緒に保管してはいけません。

### 4 他の容器への入れかえはやめよう

薬を他の容器に入れかえて保管することは、内容や使い方がわからなくなり、誤用や事故のもとになりますのでやめましょう。

### 5 古い薬の使用はやめよう

薬には使用期限が表示されているものがあります。使用期限を過ぎたもの、古い薬や見た目に異常があるような薬は使用してはいけません。

## 薬の正しい使い方

### 1 “かかりつけ”の薬剤師・薬局を決めよう

処方せんで調剤を受けるときも、一般用医薬品を買うときも、同じ薬局を利用すれば、薬の飲み合わせ(相互作用)や重複をチェックしてもらえ、安心です。

相談しやすく、自分の症状について丁寧に聞いてくれる。薬のことだけでなく、生活上のアドバイスや情報をくれる。そんな薬剤師がいる薬局を見つけ、相談しましょう。

### 2 薬の記録を付けよう

病院の薬、薬局で調剤した薬、普段から使っている一般用医薬品等について、薬の名前や服用時間、服用して気付いた点などを“お薬手帳”に記入しておきましょう。

記録を付けておくと、医師や薬剤師に薬の名前などをきちんと伝えることができ、安全性が高まります。また、自分の使っている薬を正確に知り、副作用や誤飲を防止したり、病気の治療に積極的になるというメリットもあります。

災害時や旅先での急病やケガで、かかりつけの病院・薬局に行けない場合も、いつもお飲みの薬がわかるので安心です。

### 3 副作用一特にこういう人は気をつけよう！

- 特異体質(アレルギー)のある人
- 過去にひどい副作用を経験している人
- 肝臓や腎臓など、薬を代謝する臓器に疾患のある人
- 他にも薬を飲んでいる人
- 妊娠している女性
- 仕事などで特別な環境にある人(例：高所作業者、ドライバーなど)

副作用は必ず現れるというものではありません。しかし、上記のような人は特に注意が必要です。薬の使用にあたっては薬剤師に相談するようにしましょう。また、あらかじめ起こり得る副作用を薬剤師から聞くことも重要です。



### 4 何か異常を感じたら…

薬の使用中に異常を感じたら、すぐに医師、薬剤師に相談してください。血圧の薬などの中には、自己判断で急に中止すると危険なケースもありますので注意が必要です。

医師、薬剤師に相談する際には、「何を、どのくらいの量・期間使用し、どのような症状が出たか」を分かるようにしておきましょう。

### 5 説明文書などをかならず読もう

説明文書(添付文書など)には、用法・用量、効能・効果などのほか、使用上の注意、副作用にすることが記載してあります。必ずよく読んでから使用する習慣を身につけましょう。また、説明文書は保存しましょう。

### 6 用法・用量を正しく守ろう

薬の作用は、使用量と深い関係があります。ある量以下では作用が現れないし、ある量以上では有害な作用を生ずるおそれが増します。定められた用法・用量を守りましょう。

### 7 服用時間を守ろう

薬は、それぞれ定められた時間に飲まないとう効果がなかったり、副作用を生じることがあります。薬の服用についての指示のうち、食前、食後、食間とは次のようなことをいいます。

- 食前：胃の中に食べ物が入っていないとき。(食事の1時間~30分前)
- 食後：胃の中に食べ物が入っているとき。(食事を終えて30分以内)
- 食間：食事と食事の間のこと、たとえば朝食と昼食の間。食事中に服用するというものではありません。

## くすりの飲み方

### Q & A

薬を効果的に、また安全に使用するために医師・薬剤師などの専門家に気軽に相談しましょう。



**Q** あなたはどれくらいの量の水、白湯でくすりを飲んでますか？

- ①なし ②1/3
- ③1/2 ④コップ一杯

**A** 正解は④番  
くすりはたくさんのお水で飲みましょう。くすりがよく吸収されます。少量の水ではくすりがのどや食道にはりついて炎症や潰瘍をおこすことがあります。  
※くすりによっては飲む水が少なくても良いものもあります。

**Q** お母さんがくすりを飲むとその母乳を飲んでる赤ちゃんに影響はありますか？

- ①ある ②ない

**A** 正解は①番  
くすりによっては授乳を中止しなければならない時があります。授乳中のお母さん！一言医師や薬剤師に伝えましょう。

**Q** くすりを飲み忘れたときはどうしますか？

- ①飲み忘れから時間が経過してなければすぐ飲む。
- ②次のくすりといっしょに飲む。

**A** 正解は①番  
基本的には飲み忘れからあまり時間が経過してなければすぐ飲みましょう。でもくすりによっては飲み忘れたときの対応がちがいます。くすりを受け取るとき、必ず医師や薬剤師にたずねてください。「飲み忘れたとき、どうすればよいですか？」と…

**Q** 医師に処方してもらった薬を他の人にあげてもよいですか？

- ①はい ②いいえ

**A** 正解は②番  
医師が処方した薬は、症状、体質、年齢を考慮して処方されているので、症状が同じだからといって絶対に人にあげないで下さい。医師が処方した薬はあなただけの薬です。